



MAKTABGACHA TA'LIM VAZIRLIGI
TASHKILOTIDA
SUV RESURSLARINI TEJASH, EFOLLIK
TARBIYA VA GIGIYENA MADANIYATINI
SHAKLLANTIRISHGA QARALGAN
“SUVNI ASRAYMIZ - ZEMINNI
ASRAYMIZ”

SHIORI OSTIDA YUQUQLIK
TADBIRLARNI TAYYARLASH
VA O'TKAZIB BORYICHA
METEOROLOGI

ning

KI... URUHLAR UCHUN
TADBIR
ASHG'ULOTLARI

“TASDIQLAYMAN”

____-MTT direktori

Suv resurslarini tejash, ekologik tarbiya va gigiyena madaniyatini shakllantirishga qaratilgan **“Suvni asraymiz - kelajakni asraymiz”** Shiori ostidagi oylik tadbirlarni tashkil etish va o‘tkazish bo‘yicha MTT psixologining 3-4 yosh kichik guruh uchun tadbir mashg‘ulotlar rejasi

Ish reja

Hafta kunlari	Mavzu
IYUN	
1-hafta	“Salom, men keldim!” – tanishuv va do‘stlik o‘yini
2-hafta	“Rangli kayfiyatim” (ranglar bilan emotsiyalar)
3-hafta	“Quyosh nuri” relaksatsiya + nafas mashqlari
4-hafta	“Birgalikda o‘ynaymiz” – oddiy jamoaviy o‘yin
IYUL	
1-hafta	“Tomchi sayohati” (oddiy ertak)
2-hafta	“Men suvni asrayman” (jo‘mrakni yopish o‘yini)
3-hafta	“Toza qo‘l – quvnoq bola” o‘yini
4-hafta	“Yashil bog‘cham” (o‘simlikka g‘amxo‘rlik)
AVGUST	
1-hafta	“Bog‘chamni yaxshi ko‘raman”
2-hafta	“Do‘stlarim bilan xayrli yoz”
3-hafta	“Quyosh nuri” relaksatsiya (takror)
4-hafta	“Rahmat, yoz!” – yakuniy quvnoq o‘yin

Mashg'ulot mavzusi: "Salom, men keldim!" – tanishuv va do'stlik o'yini

Guruh: Kichik guruh (3-4 yosh)

Muddat: Iyun oyi, 1-hafta

Davomiyligi: 40–45 daqiqa

Maqsad: Bolalarda bog'chaga kelishdan ijobiy emotsional holat uyg'otish, o'zini tanishtirish ko'nikmasini shakllantirish, guruh a'zolari o'rtasida do'stlik va ishonch muhitini yaratish.

Vazifalar:

Bolalarni bir-biri bilan tanishtirish va o'z ismini aytishni o'rgatish;

Guruhda xavfsizlik, iliq va quvnoq muhit shakllantirish;

O'zaro muloqot va do'stlik ko'nikmalarini rivojlantirish;

Tortinchoq va yangi kelgan bolalarda moslashuv jarayonini yengillashtirish;

Ijobiy emotsiyalarni (quvonch, ishonch, quvnoqlik) kuchaytirish.

Materiallar:

Rangli yumshoq to'p (Do'stlik to'pi);

Katta rangli plakat (markazida "Salom, men keldim!" yozuvi);

Emotsiya kartalari (quvnoq, kulayotgan, hayron yuzlar);

Rangli stikerlar yoki qog'oz gulchalar;

Quvnoq fon musiqasi (bolalar qo'shig'i);

Kichik o'yinchoqlar (qo'g'irchoq, mashina, hayvoncha – ixtiyoriy).

Mashg'ulot jarayoni

Kirish qismi (5–7 daqiqa) — "Salomlashuv doirasi" Bolalar bilan katta doira bo'lib o'tiriladi. Psixolog tabassum bilan, iliq va quvnoq ovozda boshlaydi:

"Salom, aziz bolajonlarim! Bugun bizning guruhimizda yangi yoz boshlandi.

Hamma bir-birini ko'rib juda xursand! Keling, bir-birimiz bilan tanishamiz. Men [Ismingiz]. Salom, men keldim!"

Keyin har bir bola navbat bilan o'z ismini aytadi: "Salom, men keldim! Mening ismim ..."

Qo'shimcha usul: Agar bola gapirmasa, psixolog yordam beradi yoki qo'g'irchoq orqali namuna ko'rsatadi.

Asosiy qism (22–25 daqiqa)

O'yin №1: "Do'stlik to'pi" (8–10 daqiqa) Bolalar doira bo'lib turadilar. To'pni bir bolaga tashlab, namuna ko'rsatiladi:

"Salom, men keldim! Mening ismim [Ism]. Men quyoshni / mushukchani / qizil rangni yaxshi ko'raman."

Har bir bola to'pni o'zi tanlagan do'stiga tashlaydi va xuddi shunday gapiradi.

Maqsad: Bolalar bir-birining ismini eslab qolishi va muloqot qilishni o'rganishi.

O'yin №2: "Gulimga do'stlarimni chaqiraman" (10–12 daqiqa) Markazga katta gul plakat qo'yiladi. Har bir bola:

O'z ismini aytadi;

"Salom, men keldim!" deydi;

Gulga o'z rangli gulchasini yoki stikerini yopishtiradi.

Bu jarayonda psixolog har bir bolani alohida maqtaydi: "[Ism] juda yaxshi tanishdi!", "Qanday quvnoq keldi!" va h.k.

Yakuniy qism — Relaksatsiya va refleksiya (8–10 daqiqa)

“Quyosh nuri” tinchlantiruvchi mashq: Bolalar yumshoq o‘tirib, ko‘zlarini yumadi. Psixolog sekin va yumshoq ovozda aytadi:

“Quyosh chiqdi... Uning issiq va mehribon nurlari bizning boshimizga tegmoqda... Yuzimizga, qo‘llarimizga, butun tanamizga... Biz issiq, quvnoq va xavfsizmiz... Nafas olamiz... Chiqaramiz... Juda yaxshi!”

Refleksiya doirasi: Har bir bola navbat bilan aytadi: “Bugun menga eng yoqqani...” Psixolog har bir bolani yakuniy maqtaydi va kunni ijobiy yakunlaydi.

Kutiladigan natijalar:

Bolalar o‘z ismini erkin aytishga odatlanadi;

Guruhga moslashish jarayoni sezilarli darajada yengillashadi;

Bolalar o‘rtasida birinchi do‘stlik aloqalari boshlanadi;

Yangi kelgan va tortinchoq bolalarda xavfsizlik hissi kuchayadi;

Umumiy emotsional kayfiyat ijobiy tomonga o‘zgaradi.

Psixolog uchun metodik eslatmalar:

Mashg‘ulotni faqat quvnoq va mehribon holatda o‘tkazing, Tortinchoq bolalarni hech qachon majburlamang, ularni o‘z ehtiyojlariga ko‘ra qabul qiling;

Har bir bolaning kichik muvaffaqiyatini darhol ras‘batlang, Kuzatuv daftariga yozing: qaysi bolalar oson muvaffaq bo‘ldi, qaysi bolalar qo‘shimcha individual yordamga muhtoj.

Mumkin bo‘lgan variantlar (agar vaqt bo‘lsa):

“Do‘stimga qo‘l beraman” — doira bo‘yicha har bir bolaga qo‘l berib salomlashadi.

“Mening sevimli o‘yinchoqim” — har bir bola o‘z sevimli o‘yinchoqini ko‘rsatib gapiradi



Mashg'ulot mavzusi: "Rangli kayfiyatim" (ranglar bilan emotsiyalar)

Guruh: Kichik guruh (3-4 yosh)

Muddat: Iyun oyi, 2-hafta

Davomiyligi: 40-45 daqiqa

Maqsad: Bolalarda emotsiyalarni ranglar orqali tanib olish va ifodalash ko'nikmasini shakllantirish, o'z kayfiyatini anglash va boshqalarning kayfiyatiga e'tibor berishni o'rgatish.

Vazifalar:

Bolalarga asosiy emotsiyalarni (quvonch, xafa, g'azab, qo'rquv, tinchlik) ranglar bilan bog'lab tushuntirish;

O'z kayfiyatini rang tanlash orqali ifodalash qobiliyatini rivojlantirish;

Emotsiyalarni nomlash va boshqalarning emotsiyalarini hurmat qilishni o'rgatish;

Guruhda ijobiy emotsional muhitni mustahkamlash va tortinchoqlikni kamaytirish;

Ranglar va emotsiyalar o'rtasidagi bog'lanishni sensor va ijodiy faollashtirish orqali mustahkamlash.

Materiallar:

Turli rangdagi katta qog'oz varaqlar yoki kartonlar (qizil, sariq, ko'k, yashil, qora, pushti, oq);

Rangli bo'yoqlar, flomasterlar, rangli qalamlar;

Emotsiya kartalari (quvnoq, xafa, g'azablangan, qo'rqib, tinch yuzlar);

Rangli stikerlar yoki rangli qog'oz parchalari;

Katta plakat (markazida "Mening rangli kayfiyatim" yozuvi);

Quvnoq va tinchlantiruvchi fon musiqasi;

Kichik oyna (bolalar o'z yuz ifodasini ko'rsatish uchun, xalqchambariy).

Mashg'ulot jarayoni

Kirish qismi (5-7 daqiqa) — "Salom, bolajonlar!" Bolalar doira bo'lib o'tiradi.

Psixolog har bir boladan bugungi kayfiyatini rang bilan ifodalashni so'raydi:

"Salom, bolajonlar! Bugun biz har bir bolaning kayfiyatini aytmiz. Men bugun sariq

rangdaman, chunki juda xushim. Siz qanday rangdaman?"

Har bir bola o'z rangini tanlab, plakatga yopishtiradi. **"Men bugun [rang] rangdaman, chunki..."** (agar bola izohlay olmasa, psixolog yordam beradi).

Asosiy qism (22-25 daqiqa)

O'yin №1: "Rangli kayfiyatim" (5-10 daqiqa) Markazga katta plakat qo'yiladi.

Psixolog har bir emotsiya bilan bog'lab tushuntiradi:

Sariq — Quvonch, qo'rqin, yorqin kayfiyat

Ko'k — Tinch kayfiyat

Yashil — Mehribonlik, biatdek yaxshi kayfiyat

Qizil — G'azab, kuchli quvonch

Pushti — Tinchlik, mehribon kayfiyat

Qora — Kuchli g'amgin kayfiyat

Bolalar o'z rangiga yoqqan rangni tanlab, plakatga yopishtiradi va aytadi: "Men bugun [rang] rangdaman, chunki men quvnoqman / tinchman..."

O'yin №2: "Rangli rasm chizaman" (10-12 daqiqa) Har bir bola o'zining bugungi kayfiyatini ranglar bilan chizadi (erkin rasm). Psixolog aylanib yurib, har bir bolaga savollar beradi:

"Bu qanday rang? Nima uchun shu rangni tanlading?"

"Bu rangda qanday kayfiyat bor?"

"Agar xafa bo'lsang, qanday rang tanlaysan?"

Yakuniy qism — Relaksatsiya va refleksiya (8-10 daqiqa)

“Rangli bulutcha” tinchlantiruvchi mashq: Bolalar o‘tirib, ko‘zlarini yumadi. Psixolog yumshoq ovozda:

“Biz katta rangli bulutcha ostida turibmiz... Sariq quyosh nuri tushmoqda... Ko‘k osmon bizni tinchlantirmoqda... Yashil rang bizga kuch berayпти... Biz tinch, quvnoq va baxtlimiz...”

Refleksiya doirasi: Har bir bola aytadi: “Bugun menga eng yoqqan rang... chunki...”

Psixolog har bir bolani alohida maqtaydi: “[Ism] bugun o‘z kayfiyatini juda yaxshi ko‘rsatdi!”, “Qanday chiroyli rang tanlading!” va h.k.

Kutiladigan natijalar:

Bolalar asosiy emotsiyalarni ranglar bilan bog‘lab tan oladi;

O‘z kayfiyatini ifodalash va boshqalarning kayfiyatini hurmat qilish boshlanadi;

Emotsional ong rivojlanadi, bolalar o‘z his-tuyg‘ularini yashirmay, o‘zlarini odatlanadi;

Guruhda empatiya (boshqani tushunish) va ijobiy muloqot oshadi.

Psixolog uchun metodik eslatmalar:

Rang va emotsiya bog‘lanishini majburiy emas, o‘yin sifatida o‘tkaziladi;

Tortinchoq bolalarga “sen qanday rangni yoqtirasan?” va “qanday rangni emotsiyaga o‘ting;

Har bir bolaning tanlovini hurmat qiling va ijtimoiy bolaning tanlovini hurmat qiling;

Kuzatuv daftarida qayd qiling: qaysi bolalar qanday rangni ko‘p tanladi va bu nimani bildirishi mumkin (masalan, ko‘p qora rangni tanlash — xavfning harchoq belgisi);

Agar bola g‘azab yoki xafalikni ko‘rsatsa, shu mavzuda o‘zini tinchlantirishga tayyor bo‘ling.

Qo‘shimcha variantlar (vaqt qolganida):

“Rangli kayfiyat raqsi” — tanlangan rangga mos rangdagi stiklar bilan raqs;

“Do‘stingga rang beraman” — tanlangan rangdagi stiker sovg‘a qilish.

Ushbu ishlanma oldingisidan ham ko‘p qatlamli tayyorlandi.

Keyingi mavzuni ham o‘zingiz tanlaymizmi? (Masalan: “Quyosh nuri” relaksatsiya yoki boshqalar) — shu mavzu)

Ayting, qaysi mavzu o‘zingiz tanlaymizmi? — shu mavzu qalaylik?



vab-saytimiz: Zokirjon.com

Zokirjon.com vab-sayti orqali o'zingiz uchun kerakli ma'lumotlarni yuklab oling.

Zokirjon Admin bilan

+99891-328-88-38 nomerga telegramdan yozishingiz yoki telegramdan jek567 izlab telegramdan yozishingiz so'raladi.

Telegramda murojaatingizga o'z vaqtida javob beriladi.

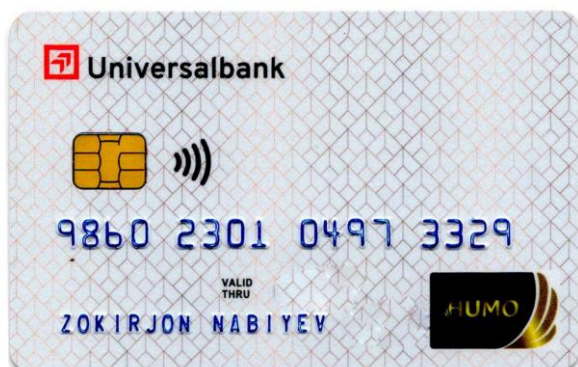
Suv resurslarini tejash, ekologik tarbiya va gigiyena madaniyatini shakllantirishga qaratilgan "Suvni asraymiz - kelajakni asraymiz" Shiori ostidagi oylik tadbirlarni tashkil etish va o'tkazish bo'yicha MTT psixologining tadbir mashg'ulot ishlanmalarini to'liq holda olish uchun telegramdan yozing.

Telegram kanalimiz:

@maktabgacha_tt

To'lov uchun: **HUMO 9860230104973329**

Plastik egasi Nabiyeu Zokirjon



DIQQAT!!!

Bu hujjatni hech kimga tarqatmaslik sharti bilan olishingiz mumkin.

Sizga bu **OMONAT** qilib beriladi.

To'liq holda olganingizdan so'ng:

Faqat o'zingiz uchun foydalaning.

Hech kimga bermang hattoki eng yaqin insoningizga ham.

Internet vab-saytlarga joylamang.

Telegram orqali kanal va gruppalarga tarqatmang.

OMONATGA HIYONAT QILMANG.

ONLINE KOMPYUTER XIZMATLARI

O‘zbek va rus bog‘chalari uchun

Buyutirma asosida

MTT direktori, **direktor o‘rinbosari**, MTT psixologi, **defektologi**, musiqa rahbari, **jismoniy tarbiya yo‘riqchisi**, MTT hamshirasi, **XIBDO‘** va tarbiyachilar uchun:

testlar, **to‘garaklar**, **bayram tadbir senariylari**, **ochiq faoliyat ishlanmalar** va **slaydlar** (taqdimotlar), **refetarlar**, **mustaqil ishlar**, **ko‘rgazma va tarqatmalar**, **faxriy yorliq**, **diplom**, **tashakkurnomalar** va boshqa hujjatlarni tayyorlab beramiz.

Tel:91669-34-74 **Telegramdan: @talimxizmatlar** izlab toping.

Подготавливаем для директора МТТ, заместителя директора, психолога МТТ, дефектолога, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре, медсестры МТТ, ХИБДО и воспитателей:

тесты, **кружки**, **сценарии праздничных мероприятий**, **разработки открытых занятий и слайды (презентации)**, **рефераты**, **самостоятельные работы**, **выставки и раздаточные материалы**, **почётные грамоты**, **дипломы**, **благодарственные письма** и другие документы.

Тел: 91669-34-74 **Telegram: @talimxizmatlar** (найдите по поиску)